

MATSEÐILL OKTÓBER 2019

VIKAN	MÁNUDAGUR	ÞRIÐJUDAGUR	MIÐVIKUDAGUR	FIMMTUDAGUR	FÖSTUDAGUR
01.-04.	-	Snitsel, kartöflur, brún sósa og grænmeti	Sveppasúpa og brauðbollur	Fjölhornafiskur, kartöflur og grænmeti	Haustþing
07.-11.	Gufusoðin ýsa, kartöflur, gufusoðið grænmeti og smjör	Latabæjarbuff, kartöflur, brún sósa og grænar baunir	Aspassúpa og brauðbollur með áleggi	Plokkfiskur, rúgbrauð og grænmetisstrimlar	Kjúklingapasta, brauðbollur og grænmeti
14.-18.	Gufusoðin ýsa, kartöflur, gufusoðið grænmeti og smjör	Kjúklingalæri, hrísgrjón, brún sósa og grænmeti	Skýr og flatkökur með osti	Kentucky fiskur, kartöflur og grænmetisstrimlar	Tortilla með kjúklingastrimlum, grænmeti og sósu
21.-25.	Gufusoðin ýsa, kartöflur, gufusoðið grænmeti og smjör	Bjúgu, kartöflur og uppstúf	Fiskisúpa með karrý og kókos og brauðbollur	Baunabuff, hrísgrjón og grænmeti	Kjötbollur, kartöflur, brún sósa og rauðkál 
28.-31	Gufusoðin ýsa, kartöflur, gufusoðið grænmeti og smjör	Spínatbuff, hrísgrjón, sweet chili sósa og grænmetisstrimlar	Grænmetislasagna og hvítlauksbrauð	Steiktur glútenlaus fiskur, kartöflur, kokteilsósa og grænmeti	-

Með fyrirvara um breytingar.

MORGUNMATUR

HAFRAGRAUTUR

MJÓLK

ÁVEXTIR

LÝSI

SÍÐDEGISKAFFI

Mánudagur: Nýbakað brauð – ostur&skinka – mjólk – ávextir.

Þriðjudagur: Nýbakað brauð – smurostur – mjólk – ávextir.

Miðvikudagur: Heimilisbrauð – ostur&salami – mjólk – ávextir.

Fimmtudagur: Nýbakað brauð - kæfa – mjólk – ávextir.

Föstudagur: Hrökkbrauð – ostur&gúrka – mjólk – ávextir.